

長期休暇注意事項

2020年7月28日

実習生各位：

中海協 事務局

間もなく長期休暇になり、会社も長い連休に入ります。連休中、交通事故や火災、盗難などの被害にあわぬよう十分気を付けて、次の事項を守って、楽しく過ごして下さい。

1. 実習

長期休暇の前は心が弛みがちでケガをしやすいです。落ち着いて安全に実習を行ってください。

2. 掃除

日々実習に励んでいると時間をかけて宿舍を掃除することも難しいかと思えます。連休中は時間もあるので、大掃除して洗濯や布団干し掃除等を励行しましょう。

3. 外出・外泊時の注意

連休中に外出・外泊する際は、在留カードを必ず携帯し、また、その前には、行き先や連絡の取れる方法等を所定用紙に記載して届出ましょう。皆さんが日本にいる間に、組合や受入企業が皆さんの健康と安全の確保をする義務があるので、ご理解並びにご協力をください。

4. 火の用心

火の用心を心掛け、外出時及び寝る前に電気関係、ガス、水道等の安全状況を必ず確認し、戸締まりも励行してください。また、自転車に乗る場合、不良個所があれば必ず修理してから乗り、スピードの出し過ぎやわき見運転はしないこと。交通ルールを守り、安全第一を心掛けること。連休中、色々な人と会うでしょうが、甘い話に乗らず、何かあったら、組合の先生に相談しましょう。

5. 買い物

長期休暇は、お店が休みだったり人が多かたりしますので、前もって買い物をしておき生活用品等を用意しておくといいでしょう。また、この時期はお店が忙しく、混雑なので、くれぐれも誤解される様な行動はせず、楽しい買い物をしましょう。

6. 周囲の住民への気配り

連休中、皆さんは一緒に遊んだりすると思いますが、周りに気を配ることを忘れないようにしてください。あまりに大きな声を出したり、ひどく騒いだりすると近隣から警察に通報などが入り警察官が訪ねて来ることもありますので、注意しましょう。

7. 健康管理

連休中も暴飲暴食、不摂生をせず日々の健康管理には十分注意してください。お酒を飲む場合は適量に、お互いに注意しあって規律の保持に努めましょう。

8. その他

長期休暇中も中海協は暦通りに業務しており、もし緊急事態が発生した場合、必ず企業責任者へ連絡すると同時に中海協及び中海協職員にも連絡してください。

中海協事務局電話番号：		03-5802-7311
携帯番号：事務局次長	舘野正敏	090-7846-2216
	業務課長	守屋有 090-5768-0043
	業務担当	楊騰 080-9349-5495
	業務担当	酒見 070-3766-6422
広島出張所所長	渡部慎一	090-2538-4142
北海道出張所所長	依田正男	090-5347-6400
北海道主任	麻生武	080-6805-2900
北海道担当	小野清文	080-5474-6400
北海道担当	紀 洪飛	080-9365-8445
北海道担当	成田のぞみ	080-5047-6905

以上

长期假期注意事项

2020年7月28日

实习生各位：

中海协 事务局

马上长假就要到来，公司也会进入连休。在长假中请加倍小心，不要发生交通事故，火灾，被偷盗等事件。希望大家遵守以下事项，高高兴兴度过假期。

1 实习

长假前大家很容易放松警惕，从而导致受伤。希望大家能够沉下心来，安全地实习工作。

2 扫除

每天努力工作之余，还要花时间打扫宿舍是一件很难的事。大家可以趁连休这个机会，进行一次彻底的大扫除。清洗衣物，晾晒被褥等。

3 外出以及在外过夜时的注意

连休里外出或者在外过夜时注意携带在留卡，出行前请把目的地，可以联系到本人的方法等写在规定的纸张上，并将其交给组合或者公司。大家在日本期间，组合和公司有保证大家安全的义务，希望大家能够理解并协助我们。

4 注意用火

注意小心用火，外出时，睡觉前一定要确认电器，煤气，水道的情况。窗户也一定要关好。骑自行车外出的时候一定要检查是否有不良的地方，有的话要及时修理。骑自行车的时候不要超速不要东张西望。遵守交通规则，安全第一。连休中，大家会遇到各种各样的人，不要被花言巧语所欺骗。有事及时和组合老师联系。

5 购物

长假中，很多店铺也会休息，所以最好提前购买好生活用品。这个时候营业的店铺会很忙，人也很多。大家一定不要做一些被误解的行动。高高兴兴购物。

6 不要给周围居民带来麻烦

连休中大家会聚集在一起聚会。这个时候不要忘记尽量不要给周边的人到来困扰。例如，大声说话，嬉闹。周边的邻居很有可能会联系警察。大家注意。

7 健康管理

假期中不要暴饮暴食，不做对身体有害的事，注意日常的健康管理。适量饮酒，保持规律的生活。

8 其他

长假中中海协也会正常工作。如果有什么紧急事件发生的话，在联系公司人员的同时一定要及时向组合联系。

中海协事物局电话号码		03-5802-7311
事物局次长	舘野正敏	090-7846-2216
业务课长	守屋 有	090-5768-0043
业务担当	杨腾	080-9349-5495
业务担当	酒见	070-3766-6422
广岛出張所所长	渡部 慎一	090-2538-4142
北海道出張所所长	依田正男	090-5347-6400
北海道主任	麻生 武	080-6805-2900
北海道担当	小野清文	080-5474-6400
北海道担当	纪 洪飞	080-9365-8445
北海道担当	成田 NOZOMI	080-5047-6905

以上

NHỮNG ĐIỀU CẦN LƯU Ý TRONG ĐỢT NGHỈ LỄ DÀI NGÀY

Thân gửi các bạn thực tập sinh

Sắp tới có đợt nghỉ lễ dài ngày, công ty cũng nghỉ. Trong dịp này các bạn hết sức chú ý không để xảy ra tai nạn giao thông, hỏa hoạn hay dính líu tới sự cố trộm cắp...chúc các bạn kỳ nghỉ vui vẻ, và luôn nhớ tuân thủ theo một số điều khoản dưới đây

1, Thực tập

Trước khi vào dịp nghỉ dài, thường dễ xảy ra sự cố gây thương tích. Các bạn nên bình tĩnh, giữ tâm lý ổn định làm việc cho an toàn.

2, Dọn vệ sinh

Hàng ngày công việc bận rộn có lẽ ít có thời gian để dọn dẹp nơi ở. Vì thế, nhân dịp nghỉ dài ngày, các bạn hãy thực hiện tổng vệ sinh, giặt giũ phơi phóng chăn ga cho sạch sẽ. Môi trường sống sạch sẽ thì mới có sức khỏe tốt.

3, Chú ý khi đi chơi xa và qua đêm bên ngoài

Trường hợp đi chơi xa, qua đêm ở bên ngoài, nên nhớ lúc nào cũng phải cầm theo thẻ cư trú, ngoài ra, cần phải khai báo địa chỉ nơi đến và cách liên lạc vào tờ đơn xin trước khi đi. Trong thời gian các bạn sống tại Nhật, nghiệp đoàn cũng như công ty tiếp nhận có nghĩa vụ phải bảo vệ sức khỏe và sự an toàn của các bạn, nên hãy hiểu rõ điều đó và hợp tác với chúng tôi.

4, Chú ý an toàn khi sử dụng lửa

Lúc nào cũng phải chú ý trong việc sử dụng lửa, khi ra ngoài hoặc lúc đi ngủ cần phải xác nhận tình trạng an toàn của các đồ dùng điện, ga, nước, chú ý cả việc khóa cửa cẩn thận. Ngoài ra, đối với các bạn đi xe đạp, nếu xe bị hỏng bộ phận nào phải sửa chữa rồi mới sử dụng, tuyệt đối không phóng nhanh, lái ẩu mãi nhìn 1 hướng khi đi xe. Tuân thủ luật giao thông, chú ý an toàn là số 1. Trong đợt nghỉ dài, có thể các bạn sẽ gặp nhiều kiểu người, đừng nghe lời dụ dỗ ngon ngọt, nếu có vấn đề gì hãy nhớ trao đổi với các thầy cô ở nghiệp đoàn.

5, Mua sắm

Trong đợt nghỉ dài, có nhiều cửa hàng đóng cửa hoặc rất đông người, vì vậy các bạn hãy chuẩn bị mua sẵn thực phẩm, đồ dùng thiết yếu trong sinh hoạt từ trước đó thì hơn. Ngoài ra, trong những dịp này, các cửa hàng siêu thị rất bận rộn, đông đúc hỗn độn, rất mong các bạn không có những hành động dễ gây hiểu lầm để việc mua sắm được vui vẻ.

6, Hãy suy nghĩ tới những người hàng xóm xung quanh

Trong đợt nghỉ, chắc là mọi người thường tụ tập vui chơi, nhưng đừng quên nghĩ tới hàng xóm xung quanh. Không nên cười nói quá to, gây ồn ã quá. Có thể hàng xóm của bạn không chịu được sẽ gọi cảnh sát đến giải quyết, các bạn chú ý đừng để cảnh sát đến hỏi thăm nhé.

7, Quản lý sức khỏe

Thường vào dịp nghỉ dài mọi người hay có thói quen ăn uống nhiều hơn bình thường, chú ý giữ sự điều độ không gây hại cho sức khỏe. Nếu uống rượu thì uống có chừng mực, nhắc nhở nhau cùng chú ý tuân thủ theo quy định, tránh việc quá chén không làm chủ được hành vi và hại sức khỏe.

8, Những việc khác

Dù vào dịp nghỉ dài, nhưng nghiệp đoàn vẫn làm việc như bình thường, vì thế nếu xảy ra bất kỳ sự cố gì khẩn cấp, các bạn nhất định phải liên lạc với người phụ trách của công ty và nhân viên của nghiệp đoàn để giải quyết.

Số liên lạc văn phòng nghiệp đoàn:	0 3 - 5 8 0 2 - 7 3 1 1	
Phó chủ tịch nghiệp đoàn	舘野正敏 Tateno	0 9 0 - 7 8 4 6 - 2 2 1 6
Trưởng ban nghiệp vụ	守屋 有 Moriya	0 9 0 - 5 7 6 8 - 0 0 4 3
Phụ trách nghiệp vụ	杨腾 You	0 8 0 - 9 3 4 9 - 5 4 9 5
Phụ trách nghiệp vụ	酒見 SAKAMI	0 7 0 - 3 7 6 6 - 6 4 2 2
Trưởng văn phòng đại diện hiroshima	渡部 慎一 Watanabe	0 9 0 - 2 5 3 8 - 4 1 4 2
Trưởng văn phòng đại diện hokkaidou	依田正男 Yoda	0 9 0 - 5 3 4 7 - 6 4 0 0
Chủ nhiệm hokkaidou	麻生 武 Asou	0 8 0 - 6 8 0 5 - 2 9 0 0
Phụ trách hokkaidou	小野清文 Ono	0 8 0 - 5 4 7 4 - 6 4 0 0
Phụ trách hokkaidou	紀 洪飛	0 8 0 - 9 3 6 5 - 8 4 4 5
Phụ trách hokkaidou	成田のぞみ	0 8 0 - 5 0 4 7 - 6 9 0 5

ပိတ်ရက်ရှည်တွင်းသတိထားရမည့်အချက်များ

မကြာမီရက်ရှည်ပိတ်ရက်ဖြစ်ပါသည်။ ကုမ္ပဏီများလည်းရက်ရှည်အလုပ်ပိတ်ပါသည်။ ပိတ်ရက်အတွင်းယာဉ်တိုက်မှုများ၊ မီးလောင်မှု၊ ရိုးမှုများနှင့်မတွေ့ရအောင်အထူးသတိပြု၍အောက်ပါအချက်အလက်များကိုစောင့်ထိန်းပြီးပေပြီ။ ရှင်စွာအနားယူနိုင်ကြပါစေ။

၁။ အလုပ်ခွင်

ရက်ရှည်ပိတ်ရက်မဝင်ခင် စိတ်လှုပ်ရှားပြီးအမှားလုပ်တတ်ခြင်း၊ ဖက်ရာရတတ်ခြင်းအတွက်ကြောင့်စိတ်တည်ငြိမ်ပြီးအန္တရယ်ကင်းစွာ အလုပ်သင်ယူရန်။

၂။ သန့်ရှင်းရေး

ပုံမှန်အလုပ်တဖန်နှင့်ဆိုလျှင်အလုပ်ပင်ပန်းသည့်အတွက်သန့်ရှင်းရေးကိုသေချာစွာမလုပ်နိုင်သောကြောင့်ရက်ရှည်ပိတ်ရက်အတွင်း အဝတ်လျှော်ဖွတ်ခြင်း ၊ အိပ်ယာ ထုတ်လှန်းခြင်း (Osooji) သန့်ရှင်းရေးတို့ကိုမပျက်ကွက်စေရန်

၃။ အပြင်ထွက်ခြင်း၊ ညအိပ်ညနေသွားခြင်း

ပိတ်ရက်ရှည်အတွင်းအပြင်ထွက်ခြင်း၊ ညအိပ်ညနေသွားမည်ဆိုလျှင်နေထိုင်ခွင့်ကဒ်(zairyuu card)ကိုမမေ့လျော့ပါ။ ခွင့်တိုင်စာရေးပြီးခွင့်ရပြီးမှသာသွားလာကြပါရန်။ အလုပ်ကုမ္ပဏီနှင့်TOBအဖွဲ့အစည်းသည်ဂျပန်တွင်နေထိုင်စဉ်ကာလအတွင်းအစစအရာရာကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ရမည့်တာဝန်ရှိသောကြောင့်အားလုံးသည်လည်းထိုတာဝန်ကိုနားလည်လေးစားပြီးလိုက်နာရန်တိုက်တွန်းပါသည်။

၄။ မီးအန္တရာယ်

မီးကိုသတိထားပါ အပြင်ထွက်မှီ ၊ မအိပ်မီလျှပ်စစ်မီး ၊ ဂတ်စ် ၊ ဧရ စသည်တို့ကိုမမေ့မလျော့ရန်အိမ်တံခါး သော့ခတ်ရန်လည်းမပျက်ကွက်ရန်သတိပြုကြပါ။ စက်ဘီးစီးသည့်အခါတွင်လည်းပြင်ဆင်စရာရှိတာ ပြင်ပြီးမှစီးရန်။ အရှိန်ပြင်းပြင်းဖြင့် စီးခြင်း၊ ဘေးဘီဇေးပြီးစီးခြင်းများကို မပြုလုပ်ရန်။ လမ်းစည်းကမ်းများကိုလိုက်နာပြီး အန္တရယ်ကင်းစွာစီးရန်။ ပိတ်ရက်ရှည်အတွင်းလူအမျိုးမျိုးနှင့်တွေ့ဆုံနိုင်ပြီးသူတပါးစကားချိုချိုကိုမယုံကြပါနှင့်။ တစ်စုံတစ်ခုရှိလျှင်TOBဆရာများနှင့်ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ကြပါရန်။

၅။ ဈေးဝယ်ထွက်ခြင်း

ပိတ်ရက်ရှည်တွင်း ဆိုင်များပိတ်ခြင်း လူများကြိတ်ကြိတ်တိုးနေခြင်းတို့ကြောင့် ကြိုတင်စွာဈေးဝယ်ထားပြီးအသုံးမဆောင်ပစ္စည်းများကို စုံအောင်ထားရန်ကြိုကာလသည်ဆိုင်များတွင် ဆိုင်များအလုပ်အရမ်းများ၍လူများပြည့်ကျပ်နေပြီးမိမိကိုသူစိုးလို့မထင်ရန်သတိပြုပြီးပျော်ရွှင်စွာဈေးဝယ်ကြပါစို့။

၆။ အိမ်နီးနားခြင်းကိုစာနာရန်

ပိတ်ရက်ရှည်တွင် လည်ပတ်ဆော့ကစားရာတွင်လည်း အိမ်နီးခြင်းများအားအနှောက်ယှက်မဖြစ်စေရန်သတိပြုပါ။ အော်ဟစ်ခြင်း၊ ဆူညံခြင်းတို့ကြောင့်ပတ်ဝန်းကျင်၏တိုင်တန်းမှုဖြင့်ရဲ၏စစ်ဆေးခြင်းကိုခံရနိုင်သောကြောင့်အထူးသတိပြုပါ။

長期休暇注意事項 1-2

၇။ ကျမ်းမာရေးဆိုင်ရာ

ကစားလွန် ၊ အသောက်လွန် မစားမသောက်ခြင်းများကိုလည်းမလုပ်ပဲ မိမိကျမ်းမာရေးကို အထူးသတိပြုပါ။ အရက် သောက်ပြီးလျှင်လည်း ဥပဒေမဲ့အပြုမူများကို မပြုလုပ်ရပါ။ အတိုင်းတာတစ်ခုထိသာသောက်ပြီးအချင်းချင်း သတိပေး၍ဥပဒေ ကိုစောင့်ထိန်းကြပါစို့။

၈။ အခြား

Chukaiyo သည် ပိတ်ရက်များတွင်လည်း ပြက္ခဒိန်အတိုင်းအလုပ်လုပ်ပါသည်။အကယ်၍အရေးပေါ်အခြေနေဖြစ်လာ လျှင် မိမိ၏တာဝန်ခံဆီသိုဆက်သွယ် ပြီးသည်နှင့်Chukaiyo တာဝန်ခံများထံသို့လည်း မပျက်မကွက် အကြောင်းကြားရန်။

TOB အဖွဲ့ စည်းမှတာဝန်ခံဆရာများChukaiyo မှတာဝန်ခံများ၏ ဖုန်းနံပါတ်

တိုကျို ရုံးချုပ်		03-5802-7311
ဒုဌာနချုပ် မှူး	TATENO MASATOSHI	090-7846-2216
အလုပ်အမှုဆောင်	MORIYA TAMOTU	090-57680043
	YOU 080-9349-5495 / SAKAMI 070-3766-6422	
Hiroshima ဒေသမှူး	WATANABE SHINICHI	090-2538-4142
Hokkaidoဒေသမှူး	YODA MASAO	090-5347-6400
Hokkaidoဒုတာဝန်မှူး	ASOH TAKESHI	080-6805-2900
Hokkaidoတာဝန်ခံ	ONO KIYOFUMI	080-5474-6400
Hokkaidoတာဝန်ခံ	KOHI KI	080-9365-8445
Hokkaidoတာဝန်ခံ	NOZOMI NARITA	080-5047-6905

Catatan Penting yang Harus Diperhatikan Pada Saat Libur Panjang

2020年 7月 28日

Kepada Yth Peserta Magang :

TOB 協同組合

Sesaat lagi baik peserta magang maupun perusahaan akan memasuki hari libur yang cukup panjang. Selama masa liburan, selalu ingat baik-baik bahwa status anda adalah sebagai peserta magang, dan patuhilah beberapa catatan-catatan penting berikut ini. Habiskanlah waktu liburan anda dengan senang gembira.

1. Pemagangan.

Beberapa hari sebelum libur panjang tentunya akan muncul rasa enggan ketika sedang bekerja. Akan tetapi anda harus tetap tenang dan fokus pada pekerjaan serta keselamatan kerja. Selain itu, jangan sampai merugikan orang di sekitar anda ataupun karyawan lainnya, dan jangan lupa untuk tetap mengontrol diri sendiri.

2. Bersih-Bersih.

Selama Libur panjang, harap tetap membersihkan rumah, mencuci pakaian, menjemur futon, dan lain-lain secara rutin.

3. Jam Malam, Berpergian atau Menginap di tempat lain.

Pada saat libur panjang pun, peraturan jam malam tidak berubah. Jangan keluar rumah pada malam hari, mencoba permainan-permainan malam, ataupun melakukan kegiatan dengan kemauan sendiri. Selain itu, wajib meminta ijin ketika akan menginap di tempat lain. Dilarang menginapkan orang selain penghuni apato. Ketika ingin keluar tolong beritahu orang-orang di sekitar anda dan berpamitan sebelum keluar. Jika berpergian atau menginap di tempat lain, selalu mambawa zairyuu kaado. Sebelum itu, laporkan tempat tujuan dan kontak yang dapat dihubungi pada lembar yang telah disediakan. Selama berada di Jepang, kesehatan dan keselamatan anda merupakan tanggung jawab kumiai dan perusahaan penerima, jadi harap dimengerti dan mohon kerjasamanya.

4. Keselamatan.

Selalu waspada terhadap API. Setiap saat sebelum keluar rumah atau sebelum tidur, pastikan bahwa sambungan listrik, gas dan air dalam keadaan aman. Akan lebih baik jika panel aliran gas tertutup rapat. Setiap bepergian harus selalu membawa zairyuu kaado atau keterangan warga negara asing. Ketika bersepeda pastikan kondisi sepeda tidak rusak, jika rusak segera diperbaiki sebelum dipakai kembali, Tidak mengendarai sepeda dengan ugal-ugalan atau menggebut. Selalu mematuhi peraturan dan mengutamakan keselamatan. Ketika sedang libur panjang, berhati-hatilah ketika bertemu orang asing dari negara lain maupun negara sendiri. Jangan mudah tertipu ataupun mudah percaya perkataan orang lain. Jika terjadi sesuatu, diskusikanlah pada sensei di kumiai.

5. Berbelanja.

Ketika musim liburan, terkadang pusat perbelanjaan tutup atau terlalu ramai pengunjung. Untuk itu, pastikan untuk mempersiapkan barang-barang kebutuhan sehari-hari sebelumnya. Selain itu, disaat liburan toko-toko sangatlah ramai dan sibuk. Di saat seperti itulah banyak orang yang memanfaatkan kesempatan untuk melakukan pencurian atau perbuatan jahat lainnya. Pastikan untuk mengontrol diri sendiri, tidak melakukan perbuatan yang melanggar hukum, dan nikmatilah liburan anda dengan senang dan gembira.

6. Memperhatikan Warga Sekitar.

Pada saat libur panjang, biasanya anda sering menginap bersama-sama dengan teman lainnya. Tetaplah perhatikan warga di sekitar anda dan jangan melewati batas. Jangan

mengeluarkan suara terlalu keras yang dapat mengganggu warga sekitar. Jika ada laporan dari warga sekitar pada polisi, ada kemungkinan polisi akan datang. Mohon diperhatikan.

7. Pengelolaan Kesehatan.

Selama liburan panjang, perhatikan pola makan dan minum anda, jangan makan atau minum terlalu berlebihan karena akan mengganggu kesehatan anda. Selain itu, jika mabuk setelah minum alkohol, tetap tenang, kontrol diri anda sendiri, saling mengingatkan sesama teman dan harap tidak menimbulkan masalah yang dapat mengganggu orang lain.

8. Lain-lain.

Pada saat libur panjang, jadwal kerja TOB kumiai juga mengikuti jadwal kalender nasional. Oleh karena itu, jika terjadi sesuatu segeralah hubungi petugas terkait dan segera menghubungi pihak TOB Kumiai.

No. Telp Kantor Kumiai TOB	:	03-5802-7311
No. Hp	:	事務局次長 舘野正敏 : 090-7846-2216
	:	業務課長 守屋有 : 090-5768-0043
	:	業務担当 楊騰 : 080-9349-5495
	:	業務担当 酒見剛 : 070-3766-6422
	:	広島出張所所長 渡部慎一 : 090-2538-4142
	:	北海道出張所所長 依田正男 : 090-5347-6400
	:	北海道主任 麻生武 : 080-6805-2900
	:	北海道担当 小野清文 : 080-5474-6400
	:	北海道担当 紀 洪飛 : 080-9365-8445
	:	北海道担当 成田のぞみ : 080-5047-6905